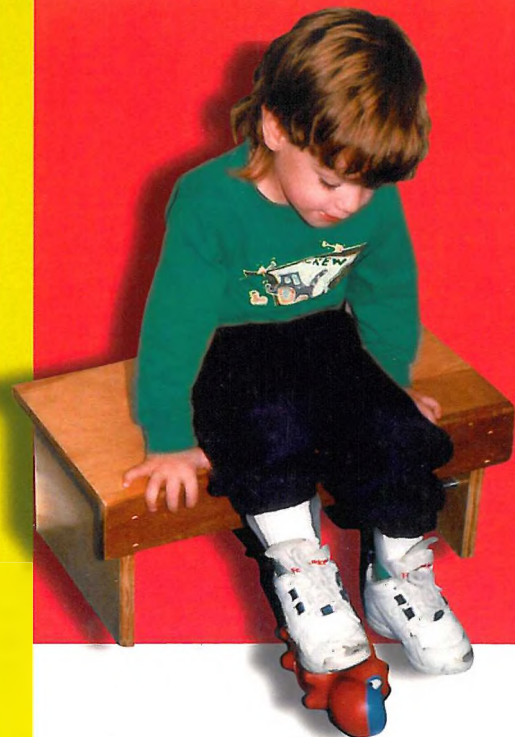


Nauczanie
umiejętności ruchowych
dzieci
z mózgowym
porażeniem dziecięcym
i podobnymi zaburzeniami ruchowymi



Przewodnik
dla rodziców
i
specjalistów



ReHouse

Sieglinde Martin

Nauczanie
umiejętności ruchowych dzieci
z mózgowym porażeniem dziecięcym
i podobnymi zaburzeniami ruchowymi

Przewodnik
dla rodziców i specjalistów

Sieglinde Martin

Tłumaczenie
Anna Boryczka

ReHouse

2012



Spis treści



Wstęp i podziękowania	11
Wprowadzenie.	15
Rozdział 1: Opóźnienie rozwojowe i mózgowie porażenie dziecięce	19
Mózgowe porażenie dziecięce.	20
Rozdział 2: Rozwój motoryki dużej	23
Przebieg rozwoju motoryki dużej.	23
Pozycja dziecka wpływa na przebieg jego rozwoju motorycznego	25
Rozwój motoryczny dziecka z mózgowym porażeniem dziecięcym.	27
Najczęściej zadawane pytania	33
Rozdział 3: Czynniki zaburzające rozwój motoryczny	35
Napięcie mięśniowe	35
Nieprawidłowe wzorce ruchowe	36
Odruchy	37
Brak kontroli motorycznej i koordynacji	39
Osłabienie mięśni	40
Zaburzenia sensoryczne	40
Rozdział 4: Wspomaganie dziecka w opanowaniu umiejętności ruchowych	41
Plastyczność mózgu	41
Postępowanie fizjoterapeutyczne i uczenie się ruchu	42
Uczenie się ruchu	42
Rehabilitacja dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym.	45
„Droga do niezależności” dla dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym.	52
Najczęściej zadawane pytania	57

Rozdział 5: Elastyczność mięśni i stawów	59
Możliwe problemy dotyczące mięśni	59
Możliwe problemy dotyczące stawów	60
Codzienne rozciąganie w celu zapobiegania problemom z mięśniami i stawami	62
Jak wykonywać ćwiczenia rozciągające.	63
Ćwiczenia rozciągające dla dzieci starszych	70
Najczęściej zadawane pytania.	72
Rozdział 6: Unoszenie głowy.	75
Znaczenie kontroli głowy	75
Poznajcie Ninę	76
Trening unoszenia głowy	78
Włączanie kontroli głowy w życie codzienne	81
Najczęściej zadawane przez rodziców pytania	84
Rozdział 7: Szczęśliwe dziecko leżące na plecach	79
Szczęśliwe dziecko – ćwiczenia	80
Czy Wasze dziecko jest gotowe do leżenia na plecach?	90
Najczęściej zadawane przez rodziców pytania	90
Rozdział 8: Czas spędzony na brzuchu	93
Umiejętności potrzebne do zabawy na brzuchu	94
Zabawa na brzuchu – ćwiczenia	94
Co dalej?	96
Wysoki podpór dla Seana	97
Ćwiczenia w wysokim podporze	98
Utrzymywanie ciężaru ciała w wysokim podporze.	99
Najczęściej zadawane pytania	102
Rozdział 9: Obrona przed upadkiem	105
Chłopiec, który nie chciał dotknąć podłogi.	106
Wywoływanie reakcji obronnego podporu do przodu	107
Wywoływanie reakcji obronnego podporu na boki.	110
Najczęściej zadawane pytania.	112
Rozdział 10: Prawidłowy siad	113
Poznajcie Elli.	113
Jak pomóc dziecku usiąść.	115
Wspomagany siad	115
Samodzielny siad z podparciem na rękach.	117
Siedzenie bez podporu na rękach.	121
Inne sposoby siedzenia na podłodze	125
Różnorodność pozycji siedzących	126
Siedzenie na ławce lub krześle	127
Siadanie i zsiadanie z ławki lub wózka	131
Najczęściej zadawane pytania	133
Rozdział 11: Podnoszenie się i czworakowanie.	135
Poznajcie Jennifer	135
Pozycja czworacza	138
Czworakowanie	141
Siadanie i przechodzenie z siadu na podłogę	142
Łączenie tych aktywności	145
Najczęściej zadawane pytania.	145

Rozdział 12: Ćwiczenie kończyn dolnych i stanie z podparciem	147
Stymulacja ruchów nóg	149
Ćwiczenia kończyn dolnych	150
Wspomaganie dziecka podczas stania.	153
Ćwiczenia nóg z utrzymaniem ciężaru ciała	155
Dziecko stoi, trzymając się dwiema rękami	157
Pomocne poręcze	161
Najczęściej zadawane pytania.	161
Rozdział 13: Równowaga.	163
Równowaga u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym.	164
Ćwiczenie równowagi	164
Ćwiczenie równowagi w siadzie	165
Ćwiczenie równowagi w klęku	168
Równowaga w staniu	170
Stanie z podporem oraz przechodzenie do stania i wychodzenie z tej pozycji	172
Najczęściej zadawane pytania.	176
Rozdział 14: Stanie bez pomocy i chodzenie	177
Chodzenie z pomocą	178
Chodzenie z balkonikiem	179
Doskonalenie umiejętności chodzenia z balkonikiem	182
Chodzenie z mniejszą pomocą	183
Chodzenie o kulach	184
Stanie bez pomocy	185
Stanie na jednej nodze z pomocą	190
Dłuższe stanie na nodze słabszej	191
Postępy w utrzymaniu równowagi w staniu	193
Siła i szybkość reakcji	193
Chodzenie	194
Gotowe do chodzenia	198
Najczęściej zadawane pytania.	199
Rozdział 15: Chodzenie oraz dodatkowe umiejętności.	201
Różne okazje do chodzenia	201
Poprawa równowagi i koordynacji	209
Stanie na jednej nodze	211
Wzorzec chodu Waszego dziecka	212
Najczęściej zadawane pytania.	217
Rozdział 16: Dodatkowe ćwiczenia wzmacniające siłę i trening połączony z zabawą.	221
Ćwiczenia wzmacniające siłę	221
Dobra zabawa	223
Rozdział 17: Dodatkowe interwencje medyczne u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym. Lisa Burnett, doktor fizjoterapii	229
Leczenie	229
Seryjne gipsowanie	232
Elektrostymulacja nerwowo-mięśniowa	233
Zaopatrzenie ortopedyczne na kończyny dolne	233
Wnioski.	237
Najczęściej zadawane pytania.	237

Dodatek	243
Pediatriczny sprzęt rehabilitacyjny	243
Zaopatrzenie i sprzęt ogólnego zastosowania	244
Dostawcy sprzętu rehabilitacyjnego	245
Organizacje zajmujące się rekreacją.	246
Literatura	247
Indeks	251